

Sportkurse BGym Schuljahr 2025/26



1. Halbjahr

Die Wahl der Sportkurse findet am **Montag, 18.08.2025 um 13:15 Uhr** in der Sporthalle statt. Die persönliche Anwesenheit vor Ort ist unbedingt erforderlich!

1. Halbjahr: (Änderungen sind möglich)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
B: OrF Hockey	A: UhS Tauchen			A: BoM Urbansports
	A: NiA Schwimmen (Rückschlagspiele)			B: BoW Basketball
	B: KaS Volleyball			
Nicht möglich für: 12 Jg. mit Spanisch;	Möglich für alle 12 u. 13	keine Sportkurse	keine Sportkurse	Spanisch?

Generelle Informationen zu den Sportkursen in Jahrgang 12/13:

Sportkurse lassen sich unterteilen in **A-Sportarten** (Individualsportarten) und **B-Sportarten** (Sportarten mit Spielgedanke / Mannschafts- u. Rückschlagspiele)

Im Verlauf des 12. und 13. Jahrgangs müssen 2 A-Sportarten und 2 B-Sportarten gewählt werden, wobei dabei keine zeitliche Vorgabe hinsichtlich der Reihenfolge einzuhalten ist. Es ist grundsätzlich ein Kurs pro Halbjahr zu belegen.

Wird mehr als eine Note eingebracht, so müssen die Ergebnisse in mindestens zwei verschiedenen Sportarten, darunter in mindestens einer „A“-Individualsportart, erreicht worden sein. (§ 15 (8) AVO-GOBAG)

Falls nach dem 12. Jahrgang die Schule verlassen wird gilt, dass für den Erwerb des schulischen Teils der Fachhochschulreife im 12. Jahrgang bei einer Einbringung von Sport, mindestens eine A-Sportart gewählt werden muss.



Bewegungsfeld: „Spielen“ (B)	Zeit: Montag, 7/8. Std.
Kursthema: Hockey	Kurslehrer: F. Ortner
<u>Leitidee:</u> Im Verlauf sollen die Schülerinnen und Schüler die Grundlagen des Hockeyspiel kennen lernen. Im Mittelpunkt steht das Hockeyspiel, das durch Spiel- und Übungsformen, präzisen Bewegungsbeschreibungen und Hinweisen von Regeln und Taktik komplettiert wird	
<u>Kompetenzerwerb</u> (prozessbezogener Bereich): Die Schülerinnen und Schüler ... – beherrschen Verfahren zur Lösung bewegungsbezogener Aufgabenstellungen: Problemanalyse (Analyse von Bewegungsabläufen und Spielhandlungen), Analyse von Materialien und Informationen, Erarbeitung von Lösungsstrategien, Auseinandersetzung mit der Problemstellung durch Erproben und Experimentieren, Ergebnisanalyse und Ergebnissicherung (MK) – planen, organisieren und gestalten Bewegungsarrangements, Übungssequenzen und Spielsituationen unter verschiedenen methodischen und didaktischen Zielsetzungen (MK) – wenden Lehr- und Lern- sowie Feedbackmethoden situationsadäquat an, geben gezielte Bewegungshilfen und Bewegungskorrekturen und reflektieren diese (MK) – verhalten sich fair in Bezug auf die Anerkennung von unterschiedlichen Leistungs- und Motivationsvoraussetzungen, wenden Strategien zur Lösung von Konflikten an und erkennen Stärkere an sowie unterstützen bzw. integrieren Schwächere (SOK) – übernehmen Verantwortung für sich und andere (z. B. helfen und sichern selbstständig) im Lern und Übungsprozess (SOK) – wenden ihre Team- und Kommunikationsfähigkeit in Bezug auf Arbeits- und Kooperationstechniken bzw. in der Unterstützung bei Lern- und Trainingsprozessen an (SOK) – verfügen über eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf die eigene Person (Selbstbild), den eigenen Körper (Körperbild, Körperhaltung, Körpersprache) und die eigenen sowie fremden Handlungs- und Bewegungsmöglichkeiten (SEK) – setzen sich angemessene Ziele in Bezug auf körperliche Reaktionen auf Bewegungen sowie Risiken beim Sport und zeigen adäquate Verhaltensweisen (SEK) – steuern ihr Bewegungshandeln und die eigene sportliche und körperliche Entwicklung zielgerichtet (SEK)	
<u>Kompetenzerwerb</u> (inhaltsbezogener Bereich) Die Schülerinnen und Schüler ... – demonstrieren sportmotorische Fertigkeiten in den thematisierten Inhaltsbereichen, – demonstrieren eine allgemeine und spezielle Spielfähigkeit, – verfügen über sportmotorische Fähigkeiten (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination) zur Bewältigung der gestellten Bewegungsaufgaben und Handlungssituationen, – präsentieren den kreativen und produktiven Umgang mit Formen der Bewegung und des Spiels, – verfügen über Kenntnisse, Einstellungen und Werthaltungen im Zusammenhang mit über die Fachgrenzen hinaus bedeutsamen sportbezogenen Themen der Gegenwart, wie z. B. (Beitrag von Bewegung, Sport und Spiel zur gesunden Lebensführung und sinnvollen Freizeitgestaltung, Leistungen und Probleme des organisierten Sports, Reflexion der persönlichen Motive des Sporttreibens), – reflektieren die Erfahrungen und Erlebnisse aus dem Sportunterricht,	
<u>Leistungsbewertung:</u> 3/4: sportpraktische Inhalte 1/4: Mitarbeit; Ausarbeitung / Durchführung einer Erwärmung / Anfertigung eines Referates	
<u>Unterrichtsmaterial:</u> Angemessene Sportkleidung, ggf. eigener Schläger	
<u>Bemerkungen Lernort / Kosten / maximale Schülerzahl:</u> Sporthalle BBS / max. 24 SuS	



Bewegungsfeld: Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen (A)	Dienstag 13:30 -15:00 Uhr – Freizeitbad Insel
Kursthema: Fit im Wasser	KurslehrerIn: Niekamp
<u>Leitidee:</u> Im Verlauf sollen die Schülerinnen und Schüler verschiedene Schwimmtechniken anwenden und ihre Fitness im Wasser verbessern.	
<u>Kompetenzerwerb</u> (prozessbezogener Bereich): Die Schülerinnen und Schüler ... – beherrschen Verfahren zur Lösung bewegungsbezogener Aufgabenstellungen: Problemanalyse (Analyse von Bewegungsabläufen), Analyse von Materialien und Informationen, Erarbeitung von Lösungsstrategien, Auseinandersetzung mit der Problemstellung durch Erproben und Experimentieren, Ergebnisanalyse und Ergebnissicherung (MK) – wenden Lehr- und Lern- sowie Feedbackmethoden situationsadäquat an, geben gezielte Bewegungshilfen und Bewegungskorrekturen und reflektieren diese (MK) – verhalten sich fair in Bezug auf die Anerkennung von unterschiedlichen Leistungs- und Motivationsvoraussetzungen, wenden Strategien zur Lösung von Konflikten an und erkennen Stärkere an sowie unterstützen bzw. integrieren Schwächere (SOK) – übernehmen Verantwortung für sich und andere (z. B. helfen und sichern selbstständig) im Lern und Übungsprozess (SOK) – wenden ihre Team- und Kommunikationsfähigkeit in Bezug auf Arbeits- und Kooperationstechniken bzw. in der Unterstützung bei Lern- und Trainingsprozessen an (SOK) – verfügen über eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf die eigene Person (Selbstbild), den eigenen Körper (Körperbild, Körperhaltung, Körpersprache) und die eigenen sowie fremden Handlungs- und Bewegungsmöglichkeiten (SEK) – setzen sich angemessene Ziele in Bezug auf körperliche Reaktionen auf Bewegungen sowie Risiken beim Sport und zeigen adäquate Verhaltensweisen (SEK) – steuern ihr Bewegungshandeln und die eigene sportliche und körperliche Entwicklung zielgerichtet (SEK)	
<u>Kompetenzerwerb</u> (inhaltsbezogener Bereich) Die Schülerinnen und Schüler ... – demonstrieren sportmotorische Fertigkeiten in den thematisierten Inhaltsbereichen des Schwimmens (Brust-, Freistil- und Rückenschwimmen) und Aquajoggens. – verfügen über sportmotorische Fähigkeiten (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination) zur Bewältigung der gestellten Bewegungsaufgaben und Handlungssituationen und verbessern diese. – wenden Fachsprache an, – entwickeln, bewältigen und bewerten Bewegungsaufgaben. – Analysieren ihren eigenen Schwimmstil, schätzen diesen realistisch ein und erarbeiten Skills zur Verbesserung. – Übernehmen Beobachtungsaufgaben und geben Rückmeldungen. – reflektieren die Erfahrungen und Erlebnisse aus dem Sportunterricht, – besitzen die Fähigkeit zu vernetztem, fachübergreifendem Denken und zu selbstständigem Lernen, begründetem Urteilen und Handeln.	
<u>Leistungsbewertung:</u> 3/4: sportpraktische Inhalte; 1/4: Mitarbeit;	
<u>Unterrichtsmaterial:</u> Angemessene Schwimmkleidung und Schwimmbrille	
<u>Lernort / Kosten / maximale Schülerzahl:</u> Freizeitbad Insel / keine Kosten	
<u>Bemerkungen</u> Sofern krankheitsbedingt nicht teilgenommen werden kann, ist ab dem zweiten Fehltermin eine ärztliche Bescheinigung vorzulegen.	

Bewertungsbogen „Fit im Wasser“			
Name:			
Technik Schwimmlagen	Brustschwimmen: <i>Armzug, Beinschlag, Wasserlage, Atmung, Rhythmus</i>	50 %	
	Freistil: <i>Armzug, Beinschlag, Wasserlage, Atmung, Rhythmus</i>		
	Rückenschwimmen: <i>Armzug, Beinschlag, Wasserlage, Atmung, Rhythmus</i>		
	Wenden: Anschwimmen und Ausführung der Wende		
Aquajoggen	Ausführung der Arm- und Beinbewegung, Wasserlage	15 %	
Ausdauer	Coopertest im Wasser	10 %	
Mitarbeit	Engagement, Durchführung von Beobachtungsaufgaben, Erarbeitung von Skills, Übernahme von Verantwortung, Reflexion des Unterrichts	25 %	
Gesamtergebnis			

Bewegungsfeld: Spielen (B)	Zeit: Montags 7. & 8. Stunde
Kursthema: Volleyball	Kurslehrer: S. Kapelke
<u>Leitidee:</u> Im Zentrum des Kurses steht das Erlernen des großen Volleyballspiels (6:6). Dafür werden verschiedene Rückschlagspiele thematisiert und auch Varianten des Volleyballs behandelt. Die Lernenden werden aktiv in den Lernprozess eingebunden und gestalten bestimmte Sequenzen in eigener Verantwortung.	
<u>Kompetenzerwerb:</u> (hier nur die zentralen Kompetenzen) Die Schülerinnen und Schüler ... - planen, organisieren und gestalten Bewegungsarrangements, Übungssequenzen und Spielsituationen unter verschiedenen methodischen und didaktischen Zielsetzungen (<i>Methodenkompetenz</i>) - übernehmen Verantwortung für sich und andere im Lern und Übungsprozess (<i>Sozialkompetenz</i>) - wenden ihre Team- und Kommunikationsfähigkeit in Bezug auf Arbeits- und Kooperationstechniken bzw. in der Unterstützung bei Lern- und Trainingsprozessen an (<i>Sozialkompetenz</i>) - steuern ihr Bewegungshandeln und die eigene sportliche und körperliche Entwicklung zielgerichtet (<i>Selbstkompetenz</i>)	
<u>Inhaltsbezogene Kompetenzen:</u> - demonstrieren sportmotorische Fertigkeiten in den thematisierten Inhaltsbereichen - verfügen über sportmotorische Fähigkeiten (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination) zur Bewältigung der gestellten Bewegungsaufgaben und Handlungssituationen, - setzen bewegungstheoretische Kenntnisse ein, um Lern- und Übungssituationen zur Aneignung sport(spiel)spezifischer Fertigkeiten selbstständig zu planen und zu gestalten.	
<u>Leistungsbewertung:</u> - 50% sportpraktische Inhalte (motorische Bewertungen der spezifischen Techniken und der Spielfähigkeit) - 25% Stundengestaltung (Organisation, Anspruch, Kreativität, Effektivität für den Lernerfolg) - 25% Mitarbeit gemäß den Grundsätzen der Leistungsbewertung	
<u>Organisatorische Rahmenbedingungen:</u> - Sofern krankheitsbedingt nicht teilgenommen werden kann, ist ab dem zweiten Fehltermin eine ärztliche Bescheinigung vorzulegen.	
<u>Bemerkungen Lernort / Kosten / maximale Schülerzahl:</u> Sporthalle BBS / max. 24 SuS	

Sportkurs „Zielwurfspiele: Schwerpunkt Basketball“

Lernsituation / Ziel: Im Sportkurs sollen die Spielfähigkeit und Bewegungstechnik im Sportspiel Basketball erlernt und verbessert werden.

Leitidee: In den einzelnen Doppelstunden des Kurses sollen die Schülerinnen und Schüler....

... eine **Erwärmung** (ca. 10 Min.) durchführen, in der...

eine der motorischen Grundfertigkeiten Ausdauer, Kraft oder Koordination im Mittelpunkt steht UND ...ein kreatives Spiel mit einem Ziel-Wurfspiel entwickeln und spielen

... jeweils eine basketball-**spezifische** Grundtechnik (Pass / Wurf (Korbleger, Standwurf, Sprungwurf) erlernen, demonstrieren und in Spiel- und **Übungsformen** anwenden.

... ihre allgemeine **Spielfähigkeit im Bereich Basketball** verbessern und demonstrieren.

Kompetenzerwerb – Folgende Kompetenzen werden im Kursverlauf besonders gefordert /gefördert:

Selbstkompetenz (SeK): Die Schülerinnen und Schüler (SuS) steuern ihr Bewegunghandeln und die eigene sportliche und körperliche Entwicklung zielgerichtet.

Sozialkompetenz (SoK): Die SuS wenden ihre Team- und Kommunikationsfähigkeit in Bezug auf Arbeits- und Kooperationstechniken bzw. in der Unterstützung bei Lern- und Trainingsprozessen an

Methodenkompetenz (MeK): Die SuS planen, organisieren und gestalten Bewegungsarrangements, Übungssequenzen und Spielsituationen unter verschiedenen methodischen und didaktischen Zielsetzungen

Inhaltsbezogene Kompetenzen: Die SuS demonstrieren allgemeine und spezielle Spielfähigkeit

Organisatorische Rahmenbedingungen

- Kursbeginn in der Sporthalle ist umgezogen in Sportkleidung um 13:35 Uhr, Ende um 14:55 Uhr
- Sofern krankheitsbedingt nicht teilgenommen werden kann, ist ab dem zweiten Fehltermin eine ärztliche Bescheinigung vorzulegen.
- Kosten: Keine

Leistungsbewertung: (auf Grundlage der Grundsätze der Leistungsbewertung der Fachgruppe Sport)

75%: sportpraktische Inhalte (20 % Bewertung d. Grundtechniken, 25 % Spielfähigkeit, 25% Engagement)

10%: praktische Ausgestaltung einer Erwärmung (Organisation, Anspruch, Kreativität, Effektivität für den Lernerfolg). Hinweis: Ggf. kommt es aus zeitlichen Gründen nicht zu einer praktischen Durchführung der Erwärmung. Dann werden ausschließlich die theoretischen Ausführungen bei der Bewertung herangezogen.

15 % theoretische Inhalte: Beschreibung und Begründung des Sinns der gewählten Erwärmung, Beschreibung der Inhalte des Referatsthemas (siehe Semesterplanung) auf maximal 2 Seiten.

> Einreichung als .pdf File zwei Tage vor zugewiesenem Termin per E-Mail an w.bosse@bbswinsen.de

=> **Bewertungstabelle nächste Seite / Rückseite**

Terminplanung:

Termin	Was?	Wer?	Termin	Was?	Wer?
Siehe „Semesterplanung“					

Halbjahresplanung Berufliche Gymnasien		Stand: 18. August 2025	
BBS Winsen (Luhe) Herr W. Bosse			
Sportkurs "Zielwurfspiele - Schwerpunkt Basketball"			
Semesterplanung			
	Datum	Technische und taktische Inhalte	Erwärmung und Referat (je 2 Personen):
1	22.08.2025	Allgemeines, Regularien, Dribbling, Sternschritt, Korbball	W. Bosse
2	29.08.2025	Pässe und Korbleger links und rechts, Powermove	Erwärmung: W. Bosse Referat 1: Ziel des Spiels, wichtigste Regeln (ohne Foulspiel), Spielfeld und Spielfeldmarkierungen _____ (2 P.) Referat 2: Demonstration & Erläuterung der wesentlichen Bewegungsmerkmale des Korblegers _____ (2 P.)
3	05.09.2025	Stand- und Sprungwurf	Referat 1: Demonstration & Erläuterung der wesentlichen Bewegungsmerkmale des Wurfs UND Erwärmung: _____ (2 P.) Referat 2: Demonstration & Erläuterung von Foulsituationen und Strafen, Schiedsrichterverhalten und -zeichen _____ (2 P.)
4	12.09.2025	Videoanalyse der Grundtechniken, Anwendung in Übungsformen und Spiel	Erwärmung UND Referat: "Die 1-2-2 Angriffsaufstellung und als Reaktion darauf die Manndeckung als Verteidigungsform" _____ (2 P.)
5	19.09.2025	Videoanalyse der Grundtechniken, Anwendung in Übungsformen und Spiel	Erwärmung und Referat: Spielgeschichte und Spielbedeutung (NBA), _____ (2 P.) Technische Merkmale eines guten Reboundings _____ (2 P.)
6	26.09.2025	"Streetball" 3-3	Erwärmung und Referat _____ (2 P.)
7	03.10.2025	Übungen und Spielformen zum Angriffs- und Verteidigungsverhalten bei Manndeckung	Erwärmung und Referat: Angriffs- und Verteidigungsverhalten bei Manndeckung _____ (2 P.)
8	10.10.2025	Vertiefung Manndeckung, Übungen zum Block-Stellen	Erwärmung und Referat: Freiblocken von Mitspielern im Spiel gegen eine Manndeckung _____ (2 P.)
	17.10.2025	Herbstferien	
	24.10.2025	Herbstferien	
6	31.10.2025	Übungen und Spielformen zum Angriffs- und Verteidigungsverhalten bei Zonenverteidigung	Erwärmung und Referat: Spielpositionen und Aufgaben in der Verteidigung (2-1-2; 3-2, "Box") _____ (2 P.)
7	07.11.2025	<i>Schulweiter Distanzunterricht: Nutzung der 90 Min. zur Videoanalyse: Zonenverteidigung</i>	
8	14.11.2025	Spiel in der Zonenverteidigung	Erwärmung und Referat: _____ (2 P.)
9	21.11.2025	Anwendung im Spiel (Turnier) unter besonderem Fokus der Schiesrichter-Tätigkeit	
10	28.11.2025	Anwendungen in Übungen und Spiel / Nachhol- und Verfügungsstunde, Technik- und Spielbenotung	
11	05.12.2025	Anwendungen in Übungen und Spiel / Nachhol- und Verfügungsstunde, Technik- und Spielbenotung	Erwärmung und Referat: Die erfolgreichsten Basketballer aller Zeiten _____ (2 P.)
12	12.12.2025	Anwendungen in Übungen und Spiel / Nachhol- und Verfügungsstunde,	W. Bosse
	19.12.2025	Anwendungen in Übungen und Spiel / Nachhol- und Verfügungsstunde,	W. Bosse
	26.12.2025	Weihnachtsferien	
Zu weiteren organisatorischen Einzelheiten des Kurses und zur Leistungsbewertung siehe S. 1.			

BBS Winsen (Luhe) – Berufliche Gymnasien	W. Bosse	
Schuljahr 2025/26 – Jg. 12/13 Qualifikationsphase		
Sportkurs „Zielwurfspiele - Schwerpunkt Basketball“	Beurteilungsbogen	
	(Ein Bogen pro Schüler)	Termin / Datum
Name der Schülerin / des Schülers:	Prozent der Bewertung	Erreichte Notenpunkte
Bewertung der Spieltechniken	20%	
Passen		
Standwurf		
Korbleger		
Sprungwurf		
Spielfähigkeit	25%	
Engagement / Einsatzwillen 	25%	
In der zugewiesenen Unterrichtsstunde...	10%	Bemerkungen:
...wird eine Erwärmung durchgeführt, bei der gegeben ist:		
... Zeitrahmen bis 15 Minuten		
... Schwerpunkt auf einer der motorischen Grundfertigkeiten Ausdauer, Kraft oder Koordination		
... ein kreatives Spiel „mit Zielwurfgedanke durchgeführt wird		
...werden die Materialien im Vorfeld bereit gestellt		
... die Ansagen klar und verständlich (=> Inhalt / Akustik) erfolgen		
Hinweis: Ggf. kommt es aus zeitlichen Gründen nicht zu einer praktischen Durchführung der Erwärmung. Dann werden ausschließlich die theoretischen Ausführungen bei der Bewertung herangezogen.		
In der zugewiesenen Unterrichtsstunde...		Bemerkungen:
wird das zugewiesene Referatsthema inhaltlich verständlich erläutert und präsentiert.	10%	
Für die zugewiesene Unterrichtsstunde wird eine Ausarbeitung in .pdf-Form angefertigt,	10%	Bemerkungen:
...deren max. 2 Seiten rechtzeitig zwei Tage vor dem zugewiesenen Termin eingesendet werden		
...die hinsichtlich Form und Layout wissenschaftlichen Arbeiten entspricht und verwendete Quellen ausweist.		
...die eine tabellarische Verlaufsplanung verfasst sowie der ausgewählten Übungsformen mit Begründung für die Auswahl		
...die eine Beschreibung und Begründung des Sinns der gewählten Erwärmung enthält,		
...eine Beschreibung der badminton-spezifischen Schlagtechnik enthält		
...die die ausgewählten Übungsformen beschreibt und deren Auswahl begründet		
SUMME	100%	